

# Avocado-Feige-Tarte

Kann man mit Avocados eine Tarte backen? Ich habe es ausprobiert. Und es ist gelungen. Ich erhalte eine sehr wohlschmeckende Tarte.

Acocados sind Fettfrüchte, die man sowohl pikant als auch süß zubereiten kann.

Somit eignen sie sich auch für eine Tarte.

Es können auch gerne überreife Avocados verwendet werden, die also schon etwas braun sind.

Um der Tarte noch etwas Süße und Geschmack zu geben, gebe ich in die Füllmasse der Tarte noch einige kleingeschnittene, frische Feigen.

[amd-zlrecipe-recipe:1011]

---

# Gegrilltes Schweine-Herz mit Artischocke

Das Herz ist ein kräftiger Muskel. Es ist zwar eine Innereie, aber es ist wie Filet- oder Rumpsteak Muskelfleisch.

Es ist zwar sehr kräftig, wird aber beim Zubereiten nicht zäh. Sondern man kann es auch medium zubereiten. Nur ist es eben ein sehr kräftiges Muskelfleisch und man hat dabei einiges zu kauen. Aber es ist sehr lecker.

Hier grille ich es in der Grill-Pfanne und gare es danach noch

kurz im Backofen.

Ich bereite die Artischocken einfach nur in kochendem Wasser zu.

Für diejenigen, die nicht wissen, wie oder was man an der Artischocke isst. Natürlich auf keinen Fall die Blätter, diese sind viel zu spröde und hart. Nein, man zupft die Blätter einzeln ab und ist den Blattstrunk, den dieser ist fleischig. Und schließlich isst man nach dem Abzupfen noch das Innere, also das Herz der Artischocke, denn dieses ist die eigentliche Spezialität.

[amd-zlrecipe-recipe:1008]

---

## Walnuss-Feige-Dattel-Tarte

Letzte Woche habe ich mit Walnüssen, Feigen und Datteln einen hervorragend schmeckenden Rührkuchen gebacken.

Ich dachte mir, wenn man damit einen solch gut schmeckenden Kuchen zubereiten kann, dann geht dies sicherlich mit den gleichen Zutaten auch mit einer Tarte.

Da diese Zutaten in die Füllmasse der Tarte kommen, gebe ich von der Menge her etwas mehr hinzu als bei der Verwendung für den Rührkuchen.

[amd-zlrecipe-recipe:1006]

---

# Gegrillter Pansen mit Paprika und Champignons

Bei meinem Innereien-Einkauf letzte Woche hatte ich ja das Glück, beim Pansen nicht nur einige stückelige Pansenstücke zu kaufen, sondern einige große, flache Pansenstücke, die man gut als Schnitzel oder Steak zubereiten kann.

Also habe ich hier flache Pansenstücke, die ja schon in Gemüsefond vorgegart sind, einfach gewürzt und kräftig in der Grill-Pfanne gegrillt.

Dazu einfach zwei Beilagen, die ich ebenfalls kurz in der Grill-Pfanne grille, nämlich Paprika und Champignons.

Pansen besteht ja aus einer Schicht Muskelfleisch, er hat aber auch noch eine Schicht mit Kollagengewebe, das vermutlich der Panseninnenteil ist. Das gegrillte Muskelfleisch schmeckt kross und knusprig, das Kollagengewebe dagegen eher schwammig und weich. Ich mag diesen Kontrast beim Essen von Pansen sehr gern.

[amd-zlrecipe-recipe:1005]

---

# Marinierte Grill-Rippchen mit Kartoffelspalten

Meines Wissens bereite ich das erste Mal marinierte Grill-Rippchen zu.

Für die Zubereitung gibt es drei aufeinanderfolgende Zubereitungsschritte:

1. Marinieren
2. Schmoren
3. Grillen

Für die Marinade habe ich im Internet recherchiert und nach einem Rezept dazu gesucht.

Jedoch hatten die diversen Rezepte auch die unterschiedlichsten Zutaten.

Also habe ich kurzerhand einige der Zutaten zusammengesammelt und mit einigen weiteren, die mir für eine solche Marinade geeignet erschienen, ergänzt.

Wichtig war mir auch die Zugabe von Coca Cola. Dies wurde im Fernsehen in Kochsendungen immer wieder betont, dass diese Zutat in Amerika für eine authentische Marinade verwendet wird. Denn Coca Cola gibt eine bestimmte Würze, Süße und Aroma. Außerdem macht es die Marinade recht flüssig und verlängert sie kräftig. Somit werden die Rippchen mit der ganzen Marinade im Topf bedeckt. Und ich kann diese Marinade auch dafür verwenden, die Rippchen einige Stunden bei geringer Temperatur darin im Backofen zu schmoren.

Denn das Fleisch soll ja so zart sein, dass man es ohne Besteck vom Knochen lösen kann.

Mein Fazit nach dem Zubereiten, Servieren und Genießen:

Das Rezept der Marinade ist alltagstauglich.

Aber es ist noch verbesserungswürdig. Die Rippchen schmecken leicht süß und haben eindeutig zu wenig Salz und Würze. Also bei einem weiteren Zubereiten von Rippchen eventuell weniger Honig und süß-saure Chili-Sauce. Und eindeutig mehr Salz und Würze.

Aber das Fleisch ist wie schon erwartet so zart, für dieses Gericht benötigt man nur eine Gabel. Denn das Fleisch lässt sich problemlos mit der Gabel vom Knochen lösen, zerrupfen und essen.

Ich marinieren die Rippchen der Einfachheit halber über Nacht im Kühlschrank. Dann werden sie vier Stunden in der Marinade im Backofen geschmort. Und schließlich noch jeweils eine Minute auf jeder Seite in der Grill-Pfanne gegrillt.

Da die Flüssigkeit der Marinade nach drei Stunden Schmorzeit verkocht ist, gieße ich für die letzte Stunde noch mit einem Pilsener auf, um genügend Flüssigkeit zu haben.

Als Beilage bereite ich Kartoffelspalten zu, die ich einfach in der Friteuse kurz fritiere und dann nur salze.

[amd-zlrecipe-recipe:1004]

---

## Feigen-Pudding

Hier ein frisch zubereiteter Pudding mit frischen Feigen.

Ich püriere vier frische Feigen mit dem Pürierstab und mische sie unter die Milchmasse.

Leider ist der Pudding trotz Zugabe von etwas mehr Speisestärke nicht ganz formstabil.

Aber er schmeckt hervorragend nach Feige.

[amd-zlrecipe-recipe:1007]

---

# Schweine-Geschnetzeltes mit Staudensellerie in Cognac-Thymian-Sauce auf Fusilli

Hier habe ich einfach kreiert.

Schweine-Geschnetzeltes und Staudensellerie als Hauptzutaten standen schon fest.

Das Geschnetzelte marinieren ich vorher noch einige Stunden in einer Kräuter-Marinade aus getrockneten Kräutern, Gewürzen und Olivenöl.

Für eine Sauce dachte ich zuerst an trockenen Weißwein. Das hatte ich aber schon des öfteren zubereitet.

Da fiel mein Blick auf die Cognac-Flasche auf der Arbeitsfläche und ich dachte mir, bereite ich eine Cognac-Sauce zu und flambiere ich Fleisch und Gemüse.

Und für ein spezielles Aroma gebe ich einen ganzen Topf frischen Thymian in den Cognac und bilde so ein leckeres, schmackhaftes Sößchen.

Als Beilage einfache Fusilli.

Das Gericht ist zwar selbst kreiert, aber wirklich sehr gut gelungen!

[amd-zlrecipe-recipe:1003]

---

# Erdbeer-Pudding

Leckerer, frisch zubereiteter Pudding mit frischen Erdbeeren.

Da ich Erdbeeren püriert in den Pudding gebe, verwende ich etwas weniger als die im Grundrezept vermerkten 500 ml Milch.

Und für eine bessere Stabilität und Festigkeit der Puddinge gebe ich doch noch einen weiteren Esslöffel Speisestärke in die Milchmasse.

Als Ergebnis hat man ein festen, kompakten und sehr leckeren Pudding, der herrlich nach Erdbeeren schmeckt.

1 Erdbeere zurückbehalten für das Garnieren der Puddinge vor dem Servieren.

Industriell gefertigter Pudding aus Tütenpulver hat definitiv ausgedient.

[amd-zlrecipe-recipe:1001]

---

# Gegrillte Schweine-Niere auf rotem Mangold-Salat

Ich habe lange wieder auf ein gutes, lecker schmeckendes Innereien-Gericht gewartet.

Dies konnte ich nun, nach meinem Innereien-Einkauf von Pansen,

Leber, Herz und Niere, zubereiten.

Und es ist mir ein leckeres Nieren-Gericht gelungen.

Ich fülle die Nieren mit frischem Rosmarin, Thymian und Knoblauch.

Und grille die Nieren in der Grill-Pfanne auf jeder Seite je nach Dicke etwa 4 Minuten.

Die Nieren sind dann fast durchgegart, sind innen noch ganz leicht rosé und haben herrliche Röstaromen.

Dazu ein einfacher Salat aus rotem Mangold, den ich einfach mit Balsamico-Essig und Olivenöl anmache und als Bett unter die gegrillten Nieren gebe.

Ein sehr leckeres Innereien-Gericht.

[amd-zlrecipe-recipe:1002]

---

## Schweine-Gulasch mit Basmati-Reis

Ein klassisches Gulasch.

Mit Schweinefleisch. Schalotten, Lauchzwiebeln und Knoblauch. Champignons. Tomatenmark. Und einigen Gewürzen.

Für die Sauce verwende ich einen trockenen Rotwein, der dann eine dunkle Fleisch-Sauce ergibt.

Und natürlich schmore ich das Gulasch ganze zwei Stunden,



damit das Fleisch beim Essen leicht zerfällt.

Einfach, schmackhaft und lecker.

Als Beilage einfacher, aber schmackhafter Basmati-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:999]

---

## Limetten-Pudding

Jetzt habe ich am Wochenende mit den neuen Pudding-Formen zwei schöne, leckere Limetten-Puddinge zubereitet.

Ich verwende für die Puddinge etwas weniger als 500 ml Milch, wie es im Grundrezept genannt ist. Denn es kommt ja der Saft von drei Limetten hinzu, der sicherlich auch etwa 50 ml ausmacht.

Dazu gebe ich zusätzlich noch einen halben Esslöffel Speisestärke hinzu, damit der Pudding gut abbindet.

Und siehe da, aus der Pudding-Form auf einen Dessert-Teller gestürzt, ergibt sich ein fester, kompakter und wohlschmeckender Pudding. Mit einer leicht sauren Limetten-Note.

Ich hatte beim Zubereiten eigentlich erwartet, dass die Milch eventuell ausflockt, wenn ich den Limetten-Saft hinzugebe und diese dann erhitze, wegen der Säure des Saftes. Dies ist aber glücklicherweise nicht erfolgt und ich konnte herrliche Puddinge zubereiten.

[amd-zlrecipe-recipe:1000]

---

# Puten-Steaks auf gebratenem Mangold-Bett

Eigentlich ein Pfannen-Gericht.

Denn ich brate sowohl die Steaks als auch den kleingeschnittenen Mangold einige Minuten kräftig in heißem Öl in zwei Grill-Pfannen.

Aber ich habe das Gericht dennoch auf zwei Tellern angerichtet.

[amd-zlrecipe-recipe:998]

---

# Endivien-Salat

Ein einfacher Endivien-Salat.

Aber zubereitet mit einem leckeren Dressing mit gutem Balsamico di Modena und gutem Olivenöl.

Verfeinert vor dem Servieren mit kleingewiegter Petersilie und kleingehackten Pinienkernen.

Etwas für die Veganer.

Und für zwischendurch ist so ein leckerer, frischer Salat wirklich sehr schmackhaft.

[amd-zlrecipe-recipe:997]

---

## Innereien-Einkauf

Sicherlich habe ich einen ähnlichen Blogbeitrag schon einmal veröffentlicht.

Aber ich finde es immer wieder interessant, die entsprechenden Umstände bei einem solchen Kauf zu schildern.

Ich habe wieder einmal etwas Geld übrig gehabt und einen Innereien-Einkauf getätigt.

Aldi führt ja keine Innereien. Edeka nur die meist gängigen wie Rinderleber, sonst aber nur andere Innereien auf Bestellung. Und bei meinem bevorzugten Online-Schlachter, bei dem ich durchaus Innereien bestellen kann und der auch Ausgefallenes wie Bries, Gehirn oder Bullenhoden führt, ist der Einkauf dann doch, auch aufgrund der entstehenden Verpackungs- und Versandkosten, meistens recht teuer.

Nun, ich habe es dieses Mal auch wieder preiswerter gemacht und bin zu meinem bevorzugten Supermarkt Rewe gefahren, der einige Innereien als normale Artikel im Sortiment hat.

Und habe bei dem Einkauf 3,5 kg Fleisch für schlappe 15,– € gekauft. Nun, ich muss mich verbessern, es ist natürlich der Definition nach kein Fleisch, sondern es sind eben Innereien. Und ja, man muss auch die 500 g Schweinebauch abziehen, der aber definitiv zum Fleisch zählt, und den ich eben meistens

auch mit einkaufe. Wir sind also bei 3 kg Innereien für etwa 12,- €.

Zu den Innereien, die Rewe standardmäßig im Sortiment hat, zählen Pansen, Schweine-Leber, Schweine-Herz und Schweine-Niere. Von jedem habe ich zwei Portionen eingekauft.

Aufgeteilt in einzelnen Portionen für eine Person und in Gefrierbeuteln eingefroren, ergibt dies als Ergebnis vier Portionen Schweine-Leber, vier Portionen Pansen, vier Portionen Schweine-Herz und drei Portionen Schweine-Niere.

Zur Zeit köchelt gerade der komplette Pansen in einem großen Topf mit Gemüsefond auf meinem Herd, da Pansen vor dem eigentlichen Zubereiten und Servieren etwa 4 Stunden in Fond gegart werden muss. Da ich hierfür etwa 2-3 l Gemüsefond brauche, verwende ich hierfür aber keinen selbst zubereiteten Gemüsefond, da wäre mein eingefrorener Vorrat schnell verbraucht. Sondern eine gute Bio-Gemüsebrühe als Pulver.

Und heute Abend gibt es dann als Gericht eine mit Knoblauch, Thymian und Rosmarin gefüllte gegrillte Schweine-Niere auf rotem Mangold-Salat.

Zähle ich den Schweinebauch zu diesem sehr günstigen Einkauf hinzu, komme ich auf etwa 17 Portionen für etwa 15,- €. Somit kommt man auf einen Preis für ein solches Innereien- oder Fleischgericht für unter 1,- € pro Portion. Da sage man noch, man könne sich nicht preiswert ernähren, wenn ein solches Gericht mit Beilagen dann vielleicht gerade einmal 1,- € pro Portion kostet. Quot erat demonstrandum.

---

# Küchenrollenhalter



Schöner, auch  
selbstklebender Halter

Auch diesen Küchenrollenhalter habe ich lange gesucht. Und ebenfalls vor Ort bei Karstadt keinen Erfolg gehabt.

Dann fand ich diesen Küchenrollenhalter bei Amazon und habe gleich zwei Stück davon bestellt.

Ich fand nämlich heraus, dass man diese Halter nicht nur, wie von mir vermutet, an der Wand anbringen und verschrauben kann. Sondern auch unter einem Küchenhängeschränk, der bei mir über meiner Spüle hängt. Und dann kann man diesen Halter nicht nur umständlich verschrauben, sondern auch einfach an die Unterseite des Küchenschranks verkleben.

Und zwei Stück davon habe ich geordert, weil ich nämlich nicht nur meine Küchenpapierrolle, die bisher immer umständlich auf dem Messerblock auf meiner Arbeitsfläche lag, sondern auch gleich noch die Wischtuchrolle in einem Halter über der Spüle unterbringen wollte.

Nicht unbedingt ein dringendes Arbeitsgerät zum Zubereiten von Speisen.

Aber doch in der Küche notwendig, denn mit Küchenpapier putze ich immer meine Pfannen, wenn sie nur mit Öl verschmutzt sind.

Und auch die Wischtücher sind natürlich für den kleinen

Abwasch zwischendurch notwendig.

---

## Mini-Gugelhupf- / Pudding-Formen



Schöne Pudding-Formen

Genau solche Pudding-Formen hatte ich gesucht. Und musste dazu unzählige Online-Shops durchsuchen. Auch der Besuch vor Ort bei Karstadt brachte keinen Erfolg. Und auch bei Amazon musste ich sehr lange suchen, bis ich genau diese fand.

Dabei ist es doch so einfach. Zwei schöne, farbige Pudding-Formen mit einer Wölbung in der Mitte.

Die Pudding-Formen haben in etwa die gleiche Größe wie die bisher für Pudding von mir verwendeten Schalen aus Porzellan oder Keramik.

Und haben sicherlich auch die gleiche Füllmenge wie diese Schalen, nämlich 250 ml.

Somit kann ich aus einem halben Liter Milch wie bisher zwei schöne Puddinge zubereiten.

Und diese sehen mit Sicherheit sogar noch schöner aus, wenn

man sie aus diesen Pudding-Formen auf jeweils einen Dessert-Teller stürzt.

Ich werde am Wochenende gleich einmal Limetten-Pudding zubereiten und präsentiere diesen dann hier.